POLSKI CZERWONY KRZYŻ

CHRONI
RATUJE



Nr. 3-ci
Rok 1935

Pielęgniarki P. C. K. wychodzą wczesnym rankiem ze Szkoły do Ośrodka Zdrowia.

// POLSKI CZERWONY KRZYŻ
(Założony w 1919 roku)

TREŚĆ NUMERU:

SOMMAIRE:

OPŁATA POCZTOWA UISZCZONA RYCZAŁTEM.

Nr. 3-ci WARSZAWA W KWIETNIU 1935 R. ROK XV

Polski Czerwony Krzyż

CENTRALNY ORGAN POLSKIEGO CZERWONEGO KRZYŻA
WYDAWNICTWO MIESIĘCZNE

CROIX ROUGE POLONAISE

ORGANE CENTRAL DE LA CROIX ROUGE POLONAISE
REVUE MENSUELLE

Kom. Red.: **Dr. B. Zakliński, Leopold Rutkowski, Dr. T. Dzierzkowski, M. Ulrichsowa.** Redaktor: **Z. Wołłowiczowa.** Wydawca: **Zarz. Głów. P. C. K.**

Redakcja i Administracja: Warszawa, ul. Smolna 6, telefon Nr. 235-29, czynna codziennie od godziny 10—2 popołudniu. Konto w P. K. O. Nr. 10.540·
Prenumerata roczna 5 zł., zagranicą 1 dol.

O pielęgniarstwie społecznem

KILKA OBRAZKÓW Z ŻYCIA

Moje pierwsze wrażenia z czasów studenckich przy zetknięciu się z chorym w szpitalu dawały mi zawsze uczucie dumy z potęgi nauk lekarskich. Po wielkich staraniach zostałem przyjęty przez znakomitego chirurga — profesora uniwersytetu — w charakterze ucznia na oddział operacyjny. Surowa to była szkoła. Profesor wymagał obecności w szpitalu codziennie nie uznając świąt ani niedziel. Sumienność względem siebie uzupełniał żądaniem takiej samej obowiązkowości całego personelu. Gdyśmy raz podziwiali jego wielką wiedzę z okazji nader trudnej operacji, która zdecydowała o życiu — zdawało się straconem — rzekł do nas: „Rzeczywiście operacja była trudną i przebieg jej był pomyślny — ale nie wszystko zależy ode mnie — o losie chorego decyduje nietylko chirurg". Tej samej nocy starsza pielęgniarka oddziałowa zaalarmowała profesora — że stan chorej bardzo się pogorszył. W pół godziny później profesor stwierdził krwotok pooperacyjny. Dodatkowy zabieg zatamował upływ krwi. Na drugi dzień rano podczas wizyty w szpitalu rzekł profesor: „moje dzieci, gdyby wezwano mnie o godzinę później — to nicbym już zrobić nie mógł — oto nauka dla was na przyszłość. Cała moja wiedza będzie bezsilną — bez dobrych pielęgniarek.

Błąd przy sterylizacji narzędzi i przygotowaniu materjału opatrunkowego — to później — zakażenie. Niedozór w nocy — to niebezpieczeństwo życia u chorych pooperacyjnych. Ja widzę chorego w ciągu kilku chwil. A całą dobę pozostawiam go pod opieką pielęgniarek. To są moje oczy i moje uszy i ich rękoma pielęgnuję chorego, przywracając mu zdrowie".

Przed paru laty jeden z lekarzy warszawskich udał się do szpitala w celu poddania się mniejszemu zabiegowi operacyjnemu. Operacja nie wymagała nawet uśpienia — profesor zrobił ją przy znieczuleniu miejscowem. Wszyscy mieliśmy nadzieję, że po 10 dniach nasz kolega wróci do pracy. Stało się inaczej; zabieg się udał, ale sanitarjusz, opiekujący się troskliwie chorym (chodziło o lekarza!) z nadmiaru troski o pacjenta obłożył go butelkami napełnionemi wrzątkiem w celu rozgrzania kończyn. Sanitarjusz nie wiedział, że znieczulenie nie ustępuje tak szybko. W wyniku skóra na stopach została tak oparzoną, że lekarz po dziesięciomiesięcznym pobycie w szpitalu ma do dziś dnia trudności w chodzeniu, z powodu głębokich blizn.

Jeszcze gorzej jest, gdy mamy do czynienia z pielęgnowaniem chorych w leczeniu domowem. W całej pełni oceniłem to wówczas gdy jako lekarz w czasie wielkiej wojny musiałem udzielać pomocy lekarskiej w zapadłych wioskach na Podlasiu. Ciężkie zabiegi dokonane u położnic w chacie wiejskiej, o kilkadziesiąt kilometrów od miasta i szpitala, pomimo pomyślnego przebiegu często kończyły się tragicznie. Chora pozostawiona pod opieką rodziny — kochającej ale ciemnej —

była narażona na ciągłe i stałe interwencje i rady różnych babek wioskowych, sąsiadek, kum i znachorek.



Pielęgniarki szpitalne spieszą na dyżur do szpitala.



Pielęgniarki społeczne idą na wywiady domów.

Po przejściu wojsk rosyjskich w r. 1915 panowała na Podlasiu świerzba. Komitet miejscowy wydał ulotkę o leczeniu świerzby, rozdawał odpowiednią maść i wskazał, że ubranie chorych może być skutecznie pozbawione drobnych kleszczy, które wywołują świerzbę, o ile powiesić je na pewien czas w gorącym piecu chlebowym. Wykonanie tego przepisu spowodowało nieszczęście: Jedna z matek włożyła do pieca nietylko ubranie, ale i troje dzieci — chcąc się pozbyć świerzby. Dwoje dzieci zginęło, upieczone żywcem, a trzecie zostało ciężko okaleczone.

Recepty nie wystarczą w lecznictwie. Trzeba jeszcze możności ścisłego wykonania zleceń lekarza i czynnej opieki nad chorym.

Szkodliwości zdrowotne działają zwykle powoli i dlatego wymagają dłuższych starań i cierpliwości przy usuwaniu. Popełniamy codziennie tysiące błędów higjenicznych, nie odczuwając tego wcale. Ale działanie szkodliwe tych błędów trwa i w pewnej chwili ujawniają się objawy chorobowe. Na tem polega cała trudność zastosowania higjeny w życiu. Rachunek za grzechy płacimy swojem zdrowiem po wielu latach.

Myśl przewodnia zapobiegania chorobom opiera się na praktycznem instruktorstwie zdrowego życia.

Zaczynać je powinniśmy bardzo wcześnie bo od matki ciężarnej. Zbadanie kobiety w drugiej połowie ciąży pozwala na ustalenie stanu zdrowia. Uniknąć możemy zatrucia ustroju, które może wystąpić w okresie połogu w postaci drgawek i skończyć się śmiercią; możemy przewidzieć czy sam poród nie będzie przedstawiać niebezpieczeństwa; możemy zawczasu zapewnić opiekę i zmniejszyć umieralność matek wielokrotnie.

Okres wychowania niemowlęcia i małego dziecka wymaga ciągłych wskazówek. Błędy popełniane przy karmieniu niemowląt prowadzą do ciężkich, często śmiertelnych zaburzeń trawiennych — a odbiją się w postaci krzywicy — co nprz. w późniejszym wieku powoduje u dziewczynek ciężkie zaburzenia porodowe na skutek zniekształcenia miednicy, u chłopców — upośledzenie fizyczne.

Niemniej palącą jest sprawa chorób zakaźnych ostrych i przewlekłych. Umiejętna pielęgnacja nietylko skraca przebieg choroby, ale przeciwdziała powikłaniom. Utrzymanie w czystości jamy ustnej przy szkarlatynie zmniejsza prawdopodobieństwo zapalenia średniego ucha i innych powikłań ropnych i nawet zapalenia nerek. Sumienne pielęgnowanie chorego chroni jeszcze otoczenie chorego przed zakażeniem. Przy przewlekłych chorobach zakaźnych, których typem jest gruźlica, znajomość i zastosowanie zasad postępowania z chorym — zachowanie czystości osobistej, odkażanie plwociny, umieszczenie chorego w oddzielnem łóżku, ochroni od niebezpieczeństwa zakażenia całą rodzinę.

Nawet w domach inteligentnych i zamożnych nie przestrzegamy zasady, że ciągłą styczność z dziećmi mogą mieć tylko zdrowe osoby. Ileż przypadków śmierci dzieci na gruźlicę spowodowało zetknięcie się ze służbą, nauczycielami, wychowawcami albo ciągłe całowanie przez ciocie i babcie cierpiące na przewlekły kaszel i nierozpoznaną gruźlicę. Szerzenie zasad higjeny w słowie i w piśmie jest niezmiernie ważnym czynnikiem zwracania uwagi publicznej na zagadnienia zdrowia.

Musimy trafić do tych setek tysięcy



W ośrodku zdrowia na Amelinie.



W drodze na wywiady domowe.



Amelin. Pielęgniarki społ. wśród dzieci.

ognisk rolniczych, w których wzrasta przyszłe pokolenie. Ognisko rodzinne tworzy fizycznie i psychicznie nowego człowieka. Kształtuje ono charakter, zdrowie, usposobienie, daje drogę do zawodu. Tu występuje rola praktycznego nauczania zdrowia. Kto ma to zadanie podjąć? Wykonanie w całości tego zagadnienia przerasta narazie możliwości społeczeństwa. Ale postępy walki z chorobą i śmiercią nakazały już zapewnienie opieki nad zdrowemi tam, gdzie jest ona najbardziej potrzebną. To znaczy musimy iść do rodzin robotniczych w miastach i do chałup chłopskich na wsi. Tam, gdzie jest matka ciężarna, niemowlę, gruźlica, jaglica, choroby zakaźne — grozi największe niebezpieczeństwo.

Pielęgniarstwo szpitalne istnieje od wieków. Stworzyły je zakony chrześcijańskie. Wielki myśliciel i działacz, ubogi Franciszek z Assyżu, przed siedmiu wiekami zakładając zakon Franciszkanów — wskazał szczytne ideały realizowania miłości bliźniego drogą poświęcenia się pielęgnowaniu chorych. Powstały jednocześne zakon żeński Klarysek był dalszym krokiem wskazań św. Franciszka.

Pielęgniarstwo zakonne osiągnęło świetny rozwój w połowie siedemnastego wieku dzięki założonemu przez św. Wincentego à Paulo zakonowi sióstr miłosierdzia. W początkach dziewiętnastego stulecia pastor Fliedner zakłada zakon djakonisek, nie poprzestający już na pielęgniarstwie szpitalnem, lecz obejmujący również opiekę społeczną w postaci opieki nad ubogim i opieki nad dziećmi.

Pielęgniarstwo świeckie rozpoczyna święcić tryumfy od czasu oparcia go na podstawach naukowych w r. 1854 — reformy dokonanej przez świetlaną postać pielęgniarki angielskiej Florence Nightingale. „Są ludzie symbole, ludzie — sztandary, ludzie — drogowskazy. Są ludzie których działalność pozostawia niezatarte, wiecznotrwałe ślady na dalszym rozwoju pewnej gałęzi wiedzy, sztuki, czynu ludzkiego. Ma takich ludzi medycyna, ma takiego człowieka pielęgniarstwo", mówi Szenajch o reformatorce Florence Nightingale.

Szkoła założona przez nią dała podwaliny pod budowę przyszłej organizacji pielęgniarstwa. **Kamieniem węgielnym jest wykształcenie pielęgniarki w szpitalu — zagadnieniem życia rozszerzenie działalności poza bramy szpitala — w rodzinach i społeczeństwie.** Pielęgniarka szpitalna staje się pielęgniarką społeczną — działa nietylko wśród chorych — lecz naucza praktycznie co zrobić należy ażeby zachować zdrowie w tysiącach odwiedzanych rodzin. Z opieki pielęgniarki korzysta już nietylko chory szpitalny, a tych jest niewielka liczba — lecz całe społeczeństwo w codziennych warunkach życia. Idzie ona w to życie tak jak ono jest — i tam gdzie się ono toczy — bo wszędzie, nawet w najnędzniejszych i najbiedniejszych warunkach, dużo można zrobić. Barłóg — można zamienić na czysty tapczan — a czystość można zachować zarówno w suterenie jak na poddaszu i w chłopskiej chacie.

(Koniec art. na str. 37)



Amelin: przerwa w pracy.

Praca pielęgniarki społecznej

Co robi pielęgniarka społeczna

Uczy jak zachować zdrowie i zapobiedz chorobie:

podczas odwiedzin domowych udziela wskazówek i rad jak udzielić pomocy i zachować się aby uniknąć choroby.–
organizuje pogadanki z zainteresowanemi
rozdaje ulotki i broszury o zdrowiu.

ratuje życie niemowląt bo:

odwiedza i uczy matki jak karmić i kąpać niemowlęta pomaga matkom w wykonaniu zleceń lekarza.
przygotowuje pożywki dla dzieci.
współpracuje z akuszerką w opiece nad matką ciężarną.

zapobiega i zwalcza gruźlicę:

uczy jak utrzymać chorego i jego mieszkanie aby uniknąć zakażenia
stara się o leczenie chorego na miejscu lub w sanatorjum i szpitalu.
stara się o uzyskanie potrzebnej pomocy.

zapobiega ostrym chorobom zakaźnym:

wykrywa przypadki chorób zakaźnych podczas odwiedzin, wskazuje środki chroniące otoczenie przed zakażeniem.
zawiadamia lekarza o przypadku choroby.

opiekuje się dzieckiem szkolnem:

dokonywa przeglądu dzieci szkolnych w szkole kierując chore do lekarza.
uczy rodziców jak dziecko powinno pracować odpoczywać spać i bawić się.
uczy jak utrzymać ciało i jamę ustną w stanie czystym i świeżym.
kontroluje czystość ubrań i dzieci.

pielęgnuje chorych ubogich w domu:

wykonywa zabiegi wskazane przez lekarza.
organizuje przy pomocy otoczenia opiekę nad chorym.
wskazuje jak dostosować mieszkanie do potrzeb chorego.
współpracuje z opieką społeczną w uspokojeniu potrzeb chorego.



O czem winna pamiętać pielęgniarka-wizytatorka Czerw. Krzyża!

(Z ameryk. podręcznika)

Pamiętaj, że przeciętna rodzina mało się zna na higjenie.

Pamiętaj, że ludzie nie widzą własnych wad i uchybień.

Pamiętaj, że jesteś odpowiedzialna za zdrowie każdego członka rodziny, którą odwiedzasz.

Pamiętaj, nie zadawać niepotrzebnych pytań.

Pamiętaj, że nie wolno ci krytykować kogokolwiek wobec chorego i jego rodziny, a zwłaszcza nie wolno krytykować lekarza.

Pamiętaj, że nie wolno ci zdradzać pośpiechu.

Pamiętaj, że o ile w rodzinie, którą odwiedzasz, nie nastąpi pewne polepszenie pod względem stosowania zasad higjeny, zadania swego nie spełniłaś.

Pamiętaj, że wiedza, którą posiadasz, należy do twoich pacjentów, i że powinnaś hojnie jej udzielać.

Pamiętaj, że jeżeli się uniesiesz wobec pacjenta, stracisz na swoim prestige'u.

Pamiętaj o tem, jak przykro jest chorować, i bądź zawsze cierpliwą przy chorym.

Pamiętaj, że wszystko co powiesz choremu lub jego rodzinie — będzie powtórzone.

Pamiętaj, abyś unikała wynurzeń osobistych, im mniej będziesz mówiła o sobie, tem lepiej.

Pamiętaj, że nieraz od twojej spostrzegawczości może zależeć życie dziecka.

Pamiętaj, że godziny wolne od zajęć należą do ciebie, umiej je wykorzystać, nie myśląc o pracy, do której powrócisz niebawem.

Każda z pielęgniarek bierze pewną liczbę rodzin pod opiekę. Już djakoniski zorganizowały pielęgniarstwo rejonowe (powiatowe). Anglicy i Amerykanie obliczają, że w miastach powinniśmy mieć jedną pielęgniarkę na każde 4—5000 mieszkańców, na wsi jedną na 2.500 osób. Wtedy i matki i niemowlęta i chorzy na gruźlicę i chorzy obłożnie będą mieć zapewnioną opiekę. Każdy dziesiątek lat przynosi dowody jakie wyniki daje pielęgniarstwo społeczne. Urzędy państwowe i samorządowe zatrudniają pielęgniarki; towarzystwa społeczne, szkoły publiczne, zakłady przemysłowe nie mogą się obyć bez pielęgniarek. Walka z gruźlicą, z chorobami zakaźnemi, ze śmiertelnością niemowląt, z alkoholizmem, chorobami wenerycznemi — zatrudnia całe legjony pielęgniarek.

Higjena na wsi i w mieście — opieka nad chorymi w domu — służba społeczna rozpoczyna się od działalności w rodzinach przy pomocy pielęgniarek. Bo one otwierają drzwi setek domów i niosą radę i pomoc i czyn ofiarny tam gdzie wymagają tego okoliczności. Ale zawsze pielęgniarka musi mieć to samo wykształcenie podstawowe szpitalne— bo zadaniem jej jest czynne działanie, a tylko przeniesienie ciężaru działania ze szpitala w społeczeństwo, daje jej nazwę społeczną, co wymaga zresztą znajomości pracy społecznej i dużego wyrobienia życiowego.

Polski Czerwony Krzyż rozpoczął w bardzo skromnym zakresie pracę pod nazwą „higjena na wsi". Polega ona przedewszystkiem na skierowaniu na wieś pewnej liczby pielęgniarek, które pod kierunkiem lekarzy rozpoczynają szturm do chaty wiejskiej w walce o zdrowie. Jest to praca żmudna i ciężka, wymagająca przygotowania terenu i współdziałania z pielęgniarką wszystkich rozumnych działaczy wiejskich. Ale wątpić nie możemy, że praca ta pomimo licznych przeszkód wyda owoce — musi być tylko prowadzoną w sposób ciągły i trwały. Czerwony Krzyż trafi w ten sposób do licznej rzeszy ludności wiejskiej, urzeczywistniając hasła i myśli rzucone przez pierwszego obywatela Rzeczypospolitej Prezydenta profesora Ignacego Mościckiego, podczas audjencji na Zamku w ubiegłym roku.

Dr. Czesław Wroczyński.

Polski Czerwony Krzyż wśród chorych

Na dziedziniec kościoła Św. Krzyża zajeżdża co chwila kilka karetek Polskiego Czerwonego Krzyża. Zaciekawieni przechodnie pytają z niepokojem: co się stało-... Czy jakie nieszczęście?...

Nie, dziś odbędzie się uroczyste nabożeństwo dla chorych, dla tych co lata całe nie opuszczają mieszkania lub nawet łoża boleści. Dziś po raz pierwszy w Warszawie takie nabożeństwo dla nich. Dziś wszyscy ustąpią im miejsca w kościele, dziś wszyscy są na ich usługi.

Przypominają się sceny rzewne z Ewangelji Św. kiedy do Chrystusa Pana przynoszono chorych, by ich uzdrawiał. Świadomi ważności tej posługi wynoszą sanitarjusze chorych na noszach i oddają pod opiekę uczennic Szkoły P.C.K. Co za wzruszający widok, kiedy w czasie Mszy Św. pochyliły się siostry pielęgnujące, oddając cześć Zbawicielowi na ołtarzu, zbliżając się temsamem jeszcze więcej do swoich chorych, którzy takie podniosłe przeżywają chwile. Po skończonem nabożeństwie, kiedy chorzy dziękowali swym opiekunom za to wyrwanie ich z monotonji cierpienia i osamotnienia, wszyscy ze łzami w oczach wrócili uszczęśliwieni do domu, w tem przeświadczeniu, że bezinteresownie spełnili ten wielki czyn ofiarny, który im Dobry Bóg zapisze w księdze żywota.





Francja ma swe cudami słynące Lourdes. Dlaczego Polska zapomniała, że na Jasnej Górze króluje potężna a dobra Pani? Przed trzema laty zapoczątkowało Stowarzyszenie Pań Miłosierdzia św. Wincentego à Paulo pielgrzymki chorych do Częstochowy. Ludzie, duchem mali, przepowiadali nieprzezwyciężone trudności, nazwali to przedsięwzięcie szaleństwem. A tymczasem już trzykrotnie wyruszyły pielgrzymki chorych na Jasną Górę a coraz to liczniejsze, coraz sprawniej zorganizowane.

Co za wzruszający widok. Na zalany słońcem peron dworca warszawskiego, pomiędzy zgiełkliwy, codzienny tłum ludzi, wolno wtaczają się wózki z chorymi... Ciągną się długim szeregiem nosze... Sanitarjusze Polskiego Czerwonego Krzyża, Siostry Miłosierdzia, pielęgniarki, lekarze, księża, sztandary stowarzyszeń katolickich. Na wagonach pociągu, do którego zdąża ten litością i współczuciem przejmujący pochód widać wielkie błękitne tablice: „Pielgrzymka na Jasną Górę".

Rusza pociąg... W tej chwili rozlega się potężny a rzewny śpiew pielgrzymów: „Kto się w opiekę podda Panu Swemu" i zlewa z turkotem kół, ale raz po raz przebija jako modlitwa wiary i nadziei...

Częstochowa... Po spędzeniu nocy w Zakładzie Sióstr Magdalenek, wyrusza wczesnym rankiem niewidziany dotąd pochód noszy, na których spoczywają ludzie-cienie, dzieci sparaliżowane, kapłan niewidomy. Wśród gęstego szpaleru ludzi, których do modlitwy dziękczynnej za zdrowie zachęca towarzyszący tej pielgrzymce kapłan, wśród nabożnego śpiewu i szlochu towarzyszących temu poważnemu orszakowi pielgrzymów — wkroczono w obręb klasztoru, by stanąć za chwilą przed Obrazem Cudownej Panienki.

W głębokiej ciszy, przerywanej łkaniem wiernych, wśród muzyki i śpiewów, tam gdzie każdy kamień jest wołaniem, gdzie posadzka zwilżona łzami rozrzewnienia, zlały się modlitwy i błagania cierpiących, ożywionych nadzieją i wiarą, że znajdą ukojenie i pogodzenie z wolą Bożą.

I wrócili z pielgrzymki na Jasną Górę. Karetki P.C.K. odwiozły ich zpowrotem do ubogich izdebek na poddasza lub do suteren. Pozornie nic się nie zmieniło, ale tylko pozornie, bo serca ich biją żywiej, bo w oczach ich lśni blask radości. Wszakże wyrwano ich bodaj na półtorej doby z dusznej atmosfery mieszkania, wszakże zetknęli się z ludźmi, którzy choć obcy, tyle okazali im serca, współczucia i pomocy w imię Chrystusa. Więc choć cudu nie doznali, dziękują Bogu i za tę odrobinę szczęścia, które im daje pogodzenie się z wolą Bożą.

I tak Polski Czerwony Krzyż spełnia swe szczytne zadania nietylko w czasach wojny, ale i w szczęśliwych latach pokoju niesie ludzkości cierpiącej dużo ukojenia i radości w imię wielkich przykazań: miłości Boga i bliźniego.

Ks. Jan Lorek.
Superjor Zgrom. Ks. Ks. Misjonarzy przy kościele św. Krzyża.

Cud życia

WYSTAWA W BERLINIE: „DAS WUNDER DES LEBENS".

Dnia 23 marca r. b. nastąpiło w Berlinie uroczyste otwarcie specjalnie ujętej wystawy pod nazwą „Cud życia". Wystawa jest urządzona bardzo pomysłowo i wzbudza wielkie zainteresowanie wśród zwiedzającej publiczności i w prasie stołecznej. Człowiek, będący najdoskonalszym objawem życia, i związane z człowiekiem główne przejawy życia, stanowią oczywiście główną oś wystawy podzielonej na następujące działy:

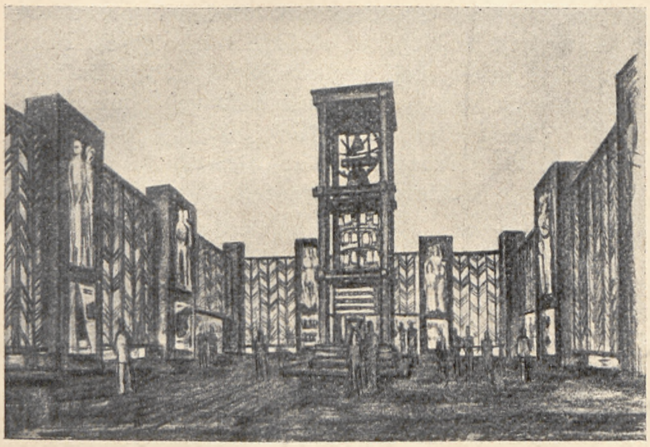
1) Prawo życia,
2) Nauka życia,
3) Nosiciel życia,
4) Zachowanie życia,
5) Ośrodki życia.

Wszystkie te działy są traktowane w sposób niezmiernie ciekawy i obfitujący w bogaty i oryginalny materjał wystawowy.

Jak się słusznie wyraził jeden z organizatorów wystawy, „Cud życia", ma służyć, jako poglądowa nauka biologji, przeznaczona nietylko dla uczonych i fachowców, lecz również dla szerszej publiczności, dla której w sposób niezmiernie urozmaicony i plastyczny zostały zobrazowane podstawowe zasady biologicznego ustroju życia ludzkiego, jego rozwoju, potęgi i zaniku.

Życie człowieka, jako jednostki, życie ro-

dziny — będącej główną komórką potężnego organizmu, jakim jest naród, bo jest oparta na poczuciu obowiązku, odpowiedzialności i ładu, i kształtuje duchową potęgę narodu—



Podwórzec Dzwonu.

życie i rozwój dziecka, — dały bogate pole do licznych i pomysłowych eksponatów i pokazów.

Przy wejściu do olbrzymiej hali działu III-go, poświęconego „Nosicielowi życia", zwraca ogólną uwagę „podwórzec dzwonu" (Glockenhof). Na tle oryginalnie ujętej ornamentyki mieści się w środku wysoka wieża z dzwonem, który co 5 minut miarowo wybija 9 uderzeń. Symboliczne te uderzenia głoszą radosną wieść, że wszechpotężny potok życia płynie nieprzerwanie, dokonane statystyki ustaliły bowiem, że w przeciągu każdych 5 minut rodzi się w państwie niemieckiem dziewięcioro dzieci.

Niem. Czerw. Krzyż bierze udział w wystawie w dziale czwartym, „Zachowanie życia", i wystąpił z bogatym sprzętem ratowniczym. Ratownictwo rozszerza dzisiaj coraz bardziej zasięg swojej działalności, nie mówiąc już o pierwszej pomocy powszechnie stosowanej w wypadkach życia codzienego, rozwinęło się w znacznej mierze ratownictwo podczas klęsk żywiołowych i podczas grasujących epidemji. Ratownictwo Niemieckiego Czerwonego Krzyża obejmuje nietylko ląd stały, lecz roztacza również swoją dobroczynną działalność w przestworzach i na wodzie.

Wśród eksponatów wystawionych przez Niemiecki Czerwony Krzyż zwraca szczególną uwagę imponujących rozmiarów przenośny barak, obmyślany na wypadek klęsk żywiołowych i epidemji. Ratownictwo na wodzie zobrazowane jest przez motorową łódź ratowniczą, używaną na jeziorze Wannsee w pobliżu Berlina. Samolot sanitarny ostatniej konstrukcji wykazuje najnowsze zastosowania w zakresie ratownictwa lotniczego. Wystawiony jest również sprzęt obrony przeciwgazowej.

Pokazy praktyczne, wykonywane przez sanitarjuszy i pielęgniarki Niemieckiego Czerwonego Krzyża, stale się odbywają na terenie wystawy. Prócz tego szereg bardzo pomysłowo ujętych świetlnych obrazów przedstawia w sposób niezmiernie żywy i malowniczy działalność drużyn ratowniczych i pielęgniarek.

Doniosła rola Czerwonego Krzyża przy zachowaniu życia występuje w całej pełni i wywiera głębokie wrażenie na tłumy, zwiedzające wystawę.

Brak nam miejsca na szersze omówienie tej wielostronnej i znamiennej manifestacji wiedzy i umysłowości niemieckiej. Artystycznie wydany przewodnik po wystawie, opa-



Afisz propagandowy N. C. K.

trzony licznemi ilustracjami, zawiera szereg artykułów i wyjaśnień pióra wybitnych lekarzy i biologów. Nuta państwowości i rasyzmu przewija się mniej lub bardziej dyskretnie w każdym niemal z tych artykułów, zawierających dużo ciekawych spostrzeżeń i poglądów.

Z. W.

Polski Czerwony Krzyż — Chroni! — Ratuje!

Doroczny „tydzień" Polskiego Czerw. Krzyża

Wraz z pogłębieniem się kryzysu, z konieczności ofiarność publiczna kurczy się coraz bardziej, to też sytuacja instytucyj społecznych, opierających częściowo lub całkowicie swoją egzystencję na dobrowolnych świadczeniach jest z dnia na dzień trudniejsza i trzeba coraz silniej rozwijać propagandę, aby jak najszersze sfery na tyle zainteresować działalnością instytucji, by dochody z doraźnych imprez mogły choć w skromnej mierze zapełnić luki coraz częściej wytwarzające się w preliminowanych budżetach.

Polski Czerwony Krzyż ma dla swych programowych najważniejszych zadań ustalone źródła dochodu w postaci dopłat do biletów widowiskowych. Dochód ten, choć zmienny i pokrywający w części tylko istotne potrzeby w tym zakresie, stanowi jednak pewien fundament, na którym oprzeć się można. Tem niemniej bez odwoływania się do ofiarności publicznej, działalność Polskiego Czerwonego Krzyża nie mogłaby się rozwijać w tym stopniu, jak dotychczas, zwłaszcza zaś akcja społeczna ulecby mogła zahamowaniu, co zwłaszcza dla placówek oddziałowych, wyrazić by się musiało w całkowitej ich likwidacji. To też rzeczą pierwszorzędnej wagi dla instytucji jest, aby przyznany jej przez władze okres tygodnia, a właściwie dekady, gdyż trwać będzie od 1 do 10 czerwca, wykorzystać jak najintensywniej zarówno w kierunku propagandy, obrazując i unaoczniając jak najszerszym sferom pracę i zadania instytucji, jak i w finansowym, gdyż zainteresowanie się publiczności wyrazić się winno znacznym wzmożeniem doraźnej ofiarności przy zbiórkach, kwestach i t. p., oraz o co głównie zabiegać należy, powiększeniem się liczby członków.

Przystępując do organizacji „Tygodnia", przyjmujemy ogólną zasadę, że powinien on odbyć się na terenie całego państwa w terminie, przyznanym P.C.K. przez Ministerstwo Spraw Wewnętrznych. Jest to pierwszorzędny atut propagandowy, że w pewnym okresie Polska — jak długa i szeroka — znajduje się, że tak określimy, pod godłem Polskiego Czerwonego Krzyża. Takie szturmowe uderzenie na opinję publiczną, poparte przez najwyższe czynniki państwowe i administracyjne, propagandową kampanję prasową prowadzoną równolegle w całym kraju, Polskie Radjo, którego zarówno centralne, jak i lokalne rozgłośnie w tym okresie chętnie udzielają swych mikrofonów dla propagandy P.C.K., oraz pewne wrażenia optyczne, polegające na dekoracji miast i osiedli emblematami P.C.K. — sprzyja rozwinięciu i pogłębieniu propagandy, podnosi powagę lokalnych uroczystości i obchodów i utwierdza ludność w przekonaniu o państwowem i społecznem znaczeniu P. C. K. Jakiekolwiek odchylenia w tej „powszechności" święta P.C.K. są stanowczo niepożądane i dopuszczane być mogą chyba jedynie w miejscowościach kuracyjnych, gdzie nasilenie ruchu przyjezdnych przypada na okres nieco późniejszy.

Drugim ważnym momentem „Tygodnia" byłoby odstąpienie od nieznośnego szablonu, stosowanego niezmiennie w programach lokalnych uroczystości. Stereotypowy pochód po nabożeństwie, akademje z szeregiem mniej lub więcej udanych przemówień i popisów — są w dosłownem znaczeniu „drewnianą piłą", od których ucieka każdy obywatel, mający jakie-takie wymagania.

Atmosferę nudy i zniecierpliwienia dopełniają „kwesty" i ich poczciwi, ale często nieudolni adepci, uganiający się za nieszczęsnemi ofiarami po ulicach i obrywający im klapy w lokalach zamkniętych. Pomysłowości i inteligencji organizatorów „Tygodnia" należy poruczyć sprawę uzyskania drobnych ofiar w miejscach i lokalach publicznych w jakiejś formie i sposobie nie tak dokuczliwym i natrętnym, które ponadto nie licują wcale z powagą tak wielkiej instytucji, jaką jest P.C.K.

Do programu „Tygodnia" należałoby wprowadzić w mocniejszych, niż to dotychczas ma miejsce — rozmiarach moment, że tak go nazwiemy, widowiskowy i to w sensie pokazów czy imprez bezpłatnych, bowiem musimy się liczyć z tym bezsprzecznym pewnikiem, że propaganda, tak jak zwykła reklama kupiecka, może być umiejętnie wyzyskana w sensie dochodowym, ale nie może być sama przez się dochodem instytucji, daje bowiem tylko asumpt do publicznego zwrócenia się o poparcie materjalne propagowanej akcji.

Główną jednak energję przy każdej okazji demonstrowania pracy czy pokazów formacyj P.C.K., rozwinąć należy dla werbowania członków.

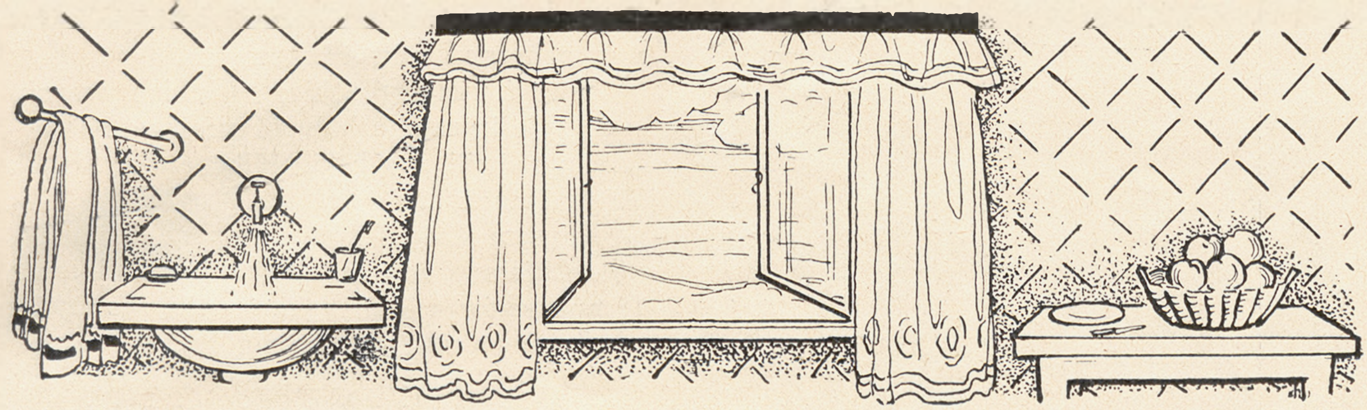
Ilość członków stanowi o moralnym zasięgu instytucji i jej podstawach finansowych, to też cała akcja „Tygodnia" powinna być podjęta w duchu powiększenia kadr członków. Co się tyczy samej organizacji uroczystości „tygodniowych" nie jest możliwem ustalenie jakiegokolwiek obowiązującego dla wszystkich jednostek organizacyjnych — programu. Wszystko należy stosować do możliwości lokalnych; jeśli chodzi o jakieś wskazania ogólne, to należałoby może większy niż dotychczas, nacisk położyć na pewne momenty i imprezy widowiskowo-pokazowe. Przeciętny obywatel musi choć raz na rok na własne oczy zobaczyć drużyny ratownicze, pracę sióstr ,sprzęt sanitarny P.C.K.

Bardzo ważnym jest, że tak powiem „optyczne" oddziaływanie na mieszkańców: emblematy, afisze, hasła, chorągwie ze znakiem Czerwonego Krzyża powinny w jak największej ilości znajdować się na oczach publiczności. Ponadto należy w dostatecznej ilości mieć do rozporządzenia dla rozsprzedaży lub bezpłatnego rozdawnictwa drukowany materjał propagandowy: ulotki, fotomontaże, broszury. W tym, jakeśmy to nazwali „szturmowym" okresie propagandy, jakim jest "Tydzień", należy obficie czerpać z tego materjału, kolportować go w dużej mierze bezpłatnie, na to Okręgi, Oddziały i Koła muszą znaleźć pewne fundusze, których wydatkowanie powinno się wielokrotnie opłacić propagandowo.

Na zakończenie jedna mała uwaga.

Mimo, że Polski Czerwony Krzyż jest instytucją bardzo poważną i mającą do spełnienia niezmiernie odpowiedzialne zadania, nie wynika z tego konieczność nadawania wszystkim Jego poczynaniom dramatycznego piętna i nastroju. Miłosierdzie winno być uśmiechnięte i pogodne, tem pocieszy każdą niedolę, opromieni każdą pracę. To też w Tygodniu P.C.K. nie lękajmy się swobodnej i radosnej atmosfery, — młodzieńcze kadry naszych drużyn, sióstr i Kół Młodzieży ułatwią i pomogą nam w tem znakomicie. Dostojeństwu instytucji lepiej pasuje uśmiech serdeczny, niż chwiejne a hałaśliwe koturny.

M. Ulrichsowa.



D B A J O Z D R O W I E

Frontem do słońca

Jako źródło światła i ciepła słońce odegrało i nadal odgrywa niesłychanie ważną rolę przy kształtowaniu się życia na ziemi. Gdyby ziemia nie podlegała wpływom promieni słonecznych, bogaty świat roślinny i zwierzęcy, jaki dzisiaj istnieje, nie mógłby się wytworzyć. Pod wpływem promieni słonecznych w komórkach roślinnych tworzą się ziarnka zieleni (chlorofilu). Przyswajanie węgla z powietrza w postaci bezwodnika kwasu węglowego, niezbędnego do budowy ciała rośliny, przy braku słońca nie może się odbywać, gdyż ziarnka zieleni jedynie pod wpływem promieni słonecznych mogą pobierać ten węgiel. Rośliny, hodowane w ciemności są blade, liście ich tracą zieleń i giną w krótkim czasie. Światło wpływa również na kształtowanie się roślin. Łatwo zaobserwować można, że rośliny w cieniu rosnące mają długie łodygi, wygięte w stronę światła, ponieważ roślina dąży do słońca.

Niektóre jednak rośliny, żyjąc od wieków w złych warunkach oświetlenia, przystosowały się do życia w ciemności. Do rzędu takich należą grzyby, pleśnie, bakterje. Nie posiadają chlorofilu, a więc nie pobierają one pokarmu z powietrza w postaci pierwiastków, żywią się tak, jak zwierzęta, pokarmami organicznemi.

Bakterje, np. gruźlicze — z rzędu chorobotwórczych, — są bardzo niewytrzymałe na działanie promieni słonecznych — giną na słońcu w przeciągu kilku godzin. Odwrotnie, — brak światła sprzyja życiu i rozmnażaniu się bakteryj. Dlatego **w mieszkaniach ciemnych najłatwiej zagnieżdża się choroba.**

U zwierząt odżywianie nie jest tak ściśle uzależnione od światła, jak u roślin. Zwierzęta mogą dłuższy czas żyć w ciemności. Szkodliwy wpływ braku światła nie odrazu daje się zauważyć. Po pewnym jednak czasie człowiek pozbawiony słońca, a co zazwyczaj idzie w parze, i świeżego powietrza, staje się blady, małokrwisty, osłabiony i skłonny do chorób.

Promienie słoneczne, przenikając przez skórę, działają na krew w naczyniach skóry zawartą. Pod wpływem światła ilość barwnika w czerwonych ciałkach krwi wzrasta, podobnie jak się to dzieje z chlorofilem u roślin.

Od ilości barwnika (hemoglobiny) zależy mniejsza lub większa zdolność wchłaniania przez organizm tlenu, gazu niezbędnego dla naszego ustroju. Procesy utleniania pod wpływem światła słonecznego odbywają się prędzej. Powolny proces utleniania, zwolniona przemiana materji osłabia ustrój i zmniejsza jego odporność na choroby. Dlatego choroby zakaźne szerzą się głównie wśród ludności najbiedniejszej, w dużych skupieniach zamieszkującej najciemniejsze nory, do których **promień słońca nigdy nie zagląda.**

Pokarmy w przewodzie pokarmowym ulegają strawieniu, a następnie w formie bardzo zmienionej zostają w żołądku i w kiszkach wessane i dostają się do krwiobiegu. Krew dostarcza pożywienia wszystkim narządom i tkankom. W tkankach, a właściwie w komórkach, z których tkanki są zbudowane, pokarm zostaje spożytkowany, spalony zapomocą tlenu czyli utleniony. Pytanie — skąd w ustroju naszym biorą się dostateczne zapasy tlenu? Otóż, ustrój pobiera tlen z powietrza przez płuca i oddaje go krwi. Przy wdechu wprowadzamy do płuc powietrze bo-



gate w tlen. Tam poprzez cienkie ścianki naczyń krwionośnych, otaczających pęcherzyki płucne, tlen przedostaje się do krwi. Dzięki pracy serca krew krąży w naczyniach, i roznosi tlen do wszystkich narządów, tkanek, komórek. A tam odbywa się utlenianie, dzięki któremu wytawarza się ciepło i siła (energja) organizmu.

Przy spalaniu powstaje nowy produkt, gaz, zwany bezwodnikiem kwasu węglowego, niepodtrzymujący palenia i niezdatny do oddychania.

Gaz ten wytwarza się również w naszym ustroju, jako produkt spalania pokarmów, powstaje w tkankach i przechodzi do krwi. Krew żylna, wracając do serca przez płuca oczyszcza się w nich, oddaje bezwodnik kwasu węglowego, który przy wydechu zostaje wydalony nazewnątrz, a wzbogacona w tlen, trafia do serca, by odbyć znowu wędrówkę po całym ustroju.

Szkodliwy wpływ zepsutego przez oddychanie powietrza możemy zaobserwować na ludziach, kiedy w źle wentylowanym lokalu gromadzi się większa ilość osób. Uczestnicy zebrania zaczynają stopniowo doznawać przykrego uczucia duszności, bólu głowy, wreszcie mdłości. Są to objawy **zatrucia bezwodnikiem kwasu węglowego.** Po otwarciu okien, albo po wyjściu na świeże powietrze wszystkie te przykre objawy znikają: organizm pozbył się trucizny i zaspokoił głód tlenowy.

Zadrzewienie odgrywa poważną rolę w oczyszczaniu powietrza okolicy. Prawda, rośliny również oddychają, a więc również zużytkowują tlen i wydalają bezwodnik kwasu węglowego, ale poza procesem oddychania zużytkowują znacze ilości tego gazu na budowę swoich tkanek.

W ten sposób **rośliny zielone przyczyniają się do oczyszczania powietrza.** Względy zdrowotne każą więc dbać o zadrzewianie miast oraz ochronę lasów okolicznych.

Uprzytomnijmy sobie, w jakich warunkach żyje i pracuje ludność miejska. Nie będziemy mówili o tych szczęśliwych, wyższych „10 tysiącach”...

Kurzem i węglem przysypane dzielnice, ciasne, ciemne, przeludnione mieszkania, pełne wyziewów szkodliwych i pyłu warsztaty i hale fabryczne — przypadły w udziale miejskiemu proletarjatowi. Od kolebki do grobu życie kradnie robotnikowi świeże powietrze. W przędzalniach i tkalniach pył wypełnia sale fabryczne. Kamieniarze pracują w tumanach pyłu piaskowego. W kopalniach węgiel dokładnie czerni płuca górników. Pył podrażnia, rani płuca, wywołuje stany zapalne, a chore płuca najłatwiej opanowuje gruźlica.

Z ręką na sercu powiedzieć musimy, że naogół **nie doceniamy znaczenia świeżego powietrza** dla zdrowia. Ludzie boją się wietrzyć mieszkanie, „bo się oziębi”. Obawę przed przeciągiem posuwają aż do przesady. Tymczasem organizm nasz, zwłaszcza organizm dziecięcy wymaga **jak najwięcej słońca i świeżego powietrza.** Zielonkawo-szarych, niedokrwistych, z krzywemi nóżkami smutnych dzieci, spotykamy najwięcej w ciemnych, pełnych zaduchu mieszkaniach. Dzieci te, jak zwarzone pąki, zanim dorosną, mają wygląd starców. Nie tylko niedojadanie jest tego powodem, brak słońca i świeżego powietrza wpłynął na to najwięcej.

Poznaliśmy szkodliwy wpływ zaduchu i błogosławione działanie słońca.

Nadeszła wiosna. Przyroda budzi się ze snu zimowego. Dzień stał się dłuższy. Słonko przygrzewa...

Rozumnym obowiązkiem człowieka jest dbać o swe zdrowie.

Torujmy do naszych mieszkań drogę życiodajnym promieniom słońca!

Otwórzmy okna!

Wymyjmy szyby!

Wpuszczajmy do mieszkań jak najwięcej powietrza!

Po warsztatach i fabrykach żądajmy urządzeń wentylacyjnych!

Wszystkie wolne chwile spędzajmy na otwartem powietrzu, **bo czyste powietrze i słońce — to zdrowie, kurz, zaduch i mrok— to choroba i śmierć.**

Dr. A. Rząśnicki.

O RATOWNICTWIE PRZECIWGAZOWEM



Niebezpieczeństwo nadmiernego wysiłku fizycznego w masce przeciwgazowej. (Dekański. „Lekarz Wojskowy", 1934).

Podstawowym sprzętem obrony przeciwgazowej jest maska. Analiza zaburzeń jakie może wywołać ona w ustroju jest jednym z bardzo ważnych tematów, rozwiązanie którego sprzyja do udoskonalenia tego niezbędnego w walce sprzętu. Przy użyciu dotychczasowych masek (np. R.S.C.) zmiany patologiczne mogą w pewnych okolicznościach występować dość ostro. Zdarzył się wypadek, że w czasie intensywnego marszu w masce przeciwgazowej osobnik po przejściu 3-ch kilometrów trasy upadł i nagle stracił przytomność.

Ponieważ środki ratownicze, stosowane na miejscu nie odnosiły należytego skutku — skierowano go do szpitala, gdzie stwierdzono w pierwszym momencie całkowitą utratę przytomności, bezwładne ułożenie, twarz lekko obrzękłą i bladą. Źrenice nierówne, nieco roszerzone, oddziaływały leniwie na światło. Oddech przyspieszony, głęboki (30 na minutę). W płucach brak widocznych objawów chorobowych, tony serca głuche, tętno 120, słabo napięte. Ciśnienie krwi — 90/70 mm. Hg. Brzuch miękki, lekko wciągnięty. Odruchy zachowane. Ciepłota ciała 36.9⁰. Po upływie około 36 godz. chory powoli zaczął odzyskiwać przytomność, budząc się jak gdyby z głębokiego snu. Wyraźna poprawa stanu nastąpiła dopiero po 24 godz. Temperatura 36.8⁰. W ciągu następnych dni dalsza poprawa stanu. Pobyt w szpitalu 3 tygodnie. Wyniki badań laboratoryjnych: w dniu wypadku w moczu białko — 0.18 pro mille. Indykan w zwiększonej ilości. Próba na krew słabo dodatnia. Badanie mikroskopowe osadu moczu wykazało: 1—2 wyługowane czerwone ciałka w polu, cukier we krwi 0,2. Rezerwa alkaliczna 29.6.

Rozpoznanie: kwasica nieskompensowana pod wpływem znacznego wysiłku w masce przeciwgazowej z osłabieniem mięśnia sercowego.

Leczenie: środki nasercowe, tlen, dwuwęglan sodu, djeta jarzynowo-mleczna.

Analizując przedstawiony wypadek (zresztą nieodosobniony) musimy wyjaśnić wpływ maski przeciwgazowej na ustrój w stanie zupełnego spokoju, przy wysiłkach małych i średnich oraz przy znacznie wzmożonej pracy mięśniowej.

Jeżeli osobnik znajduje się w stanie spokoju maska nie wywiera widocznego szkodliwego wpływu na oddychanie, a ewentualne odchylenia w oddychaniu nie wykraczają poza ramy fizjologiczne. Jak wiemy maska posiada dwie drogi oddechowe. Wdech odbywa się przez pochłaniacz węglowy z filtrem przeciwdymowym, a następnie przez zawór wdechowy. Wydech idzie bezpośrednio przez zawór wydechowy. Sprawnie funkcjonujące zawory o dostatecznej średnicy nie dają praktycznie istotnych przeszkód dla oddechu. Pozostaje opór pochłaniacza, który musimy pokonywać podczas każdego wdechu przez większy wysiłek mięśni oddechowych niż normalnie.

Pozatem odgrywa rolę w oddechaniu t. zw. „przestrzeń szkodliwa" maski właściwej, stanowiąca około 300 cm.³ i stwarzająca warunki do nagromadzania się w niej CO_2 z wydechanego powietrza. Ta „przestrzeń szkodliwa" potęguje znacznie szkodliwy wpływ oporu. Fegler badał stopień zdolności adaptowania się ustroju do oporów nie przekraczających pewnych określonych granic. Z badań tych wynika, że opór pochłaniacza wpływa przedewszystkiem wydatnie na zmniejszanie się pewnego zadłużenia tlenowego ustroju.

Zmniejsza się ilość pochłanianego O_2 i wydalanego CO_2, przy równoczesnym wzroście zapotrzebowania tlenu wskutek wzmożonej pracy oddechowej.

Kompensację utrudnionej wentylacji przeprowadza organizm zdrowy i dostatecznie silny przez pogłębienie objętości poszczególnego oddechu bez zmiany rytmu oddechowego. U ludzi fizycznie słabszych kompensacja ma przebieg odwrotny, nawet przy średnich oporach, odbywa się ona mianowicie kosztem znacznego przyspieszenia rytmu oddechowego, przy niewielkich zmianach objętości poszczególnych oddechów. W obu jednak przypadkach na czoło wysuwa się obraz zmniejszenia wentylacji płuc, a w ustroju pogłębia się zadłużenie tlenowe. Do warunków oddychania w masce ustrój adaptuje się dość dobrze. Jako potwierdzenie tego przypuszczenia przytoczyć można doświadczenie, w którym 100 żołnierzy umieszczono do komory gazowej bez przerwy na 40 godzin i po wyjściu z komory stan ich był względnie dobry. Dokładniejsza kontrola wykazała u 10-ciu tylko pewne zaburzenia w biochemizmie ustroju o charakterze ogólnym, przyczem najwięcej rzuca się w oczy podniesienie się poziomu cukru we krwi.

Można przyjąć według ustalonych norm, że wydajność człowieka w masce przy średnich wysiłkach spa-

da o 30%, a przy pracy większej spadek ten jeszcze bardziej zaznacza się, wahając się w dość szerokich granicach zależnie od sprawności fizycznej osobnika oraz indywidualnych zdolności adaptacyjnych. Wyrazem dobrej adaptacji jest pogłębianie oddechu oraz zwalnianie tempa. Odwrotnie — przyspieszenie oddechu i zmniejszenie objętości poszczególnych wdechów należy traktować jako objaw ujemny, wskazujący na niedostateczne wyszkolenie osobnika do oddechania

Stopniowy trening w warunkach racjonalnych jest najwłaściwszą drogą do szkolenia w indywidualnej obronie przeciwgazowej.

Przy dużych wysiłkach w masce przeciwgazowej naskutek wzmożenia oddechu następuje wzrost oporów stwarzanych przez pochłaniacz i zawory.

Przekroczenie pewnego stopnia nasilenia pracy mięśniowej w tych warunkach może powodować występowanie objawów niewyrównanych, stanów kwasicowych, powikłanych zadłużeniem tlenowym.

Kwasica wysiłkowa jest stanem, w którym dochodzi do głębokich zmian w układzie fizyko-chemicznym krwi i do przesunięć w równowadze kwasowo-zasadowej ustroju. Zaburzenia, które powstają w przebiegu pracy mięśniowej są uzależnione od wzmożonego tworzenia się kwasu mlekowego, który dostaje się szybko z mięśni prążkowanych do krwiobiegu i wpływa na przesunięcie równowagi kwasowo-zasadowej w stronę kwaśną, ponieważ ustrój zużywa dla jego związania swoje rezerwy dwuwęglanowe.

Każdy stan niedotlenienia ustroju, bez względu na źródło powstawania, wpływa również na gromadzenie się kwasu mlekowego, ponieważ brak tlenu utrudnia przemianę kwasu mlekowego na glikogen.

Podstawowym miernikiem zakwaszenia ustroju jest spadek rezerwy alkalicznej. Drugim miernikiem jest badanie moczu, gdzie zjawiać się może jako wyraz niedostatecznej resyntezy glikogenu kreatyna i kwas fosforowy.

Trzecim miernikiem jest poziom cukru we krwi, który wzrasta znacznie nietylko w pracy, ale również w spokoju, po dłuższym czasie przebywania w masce.

W odniesieniu do opisanego wypadku stwierdzono, że maska przeciwgazowa typu R. S. C. była poddana kontroli i łącznie z pochłaniaczem okazała się prawidłową.

BIBLJOGRAFJA.

Zatrucie chlorem jako przyczyna powstawania wady serca. (Pernice, Vergiftungsfalle 1934).

Spotykamy często opisy zatruć zawodowych z następowym uszkodzeniem mięśnia sercowego. Występowanie w tych samych warunkach wad zastawek sercowych należy do rzadkości. Autor opisuje powstanie zwężenia ujścia zastawki dwudzielnej (stenosis mitralis) w następstwie zatrucia chlorem u robotnika

Chory zatruwał się chlorem przy pracy wielokrotnie, przyczem 3 razy przebieg tego zatrucia był ostry (z krwotokiem płucnym). Po ostatnim takim wypadku chory w ciągu 4-ch lat zmuszony był przerywać pracę na 4—12 tygodni z powodu dolegliwości sercowych oraz krwawień z płuc.

Od 2-ch lat zmienił rodzaj zajęcia, a wreszcie zgłosił się na leczenie do szpitala, gdzie badanie kliniczne wykazało: hemoglobiny 59%, ciałek czerwonych 2,7 miljona, leukocytów 6,600 (krwinki nie zmienione).

Pojemność płuc 3.600 ccm. Serce wypukiem wykazuje powiększenie po stronie prawej, drugi ton na wierzchołku rozdwojony, pozatem lekki szmer skurczowy, szczególnie na wierzchołku i tętnicy płucnej.

Drugi ton na tętnicy płucnej wzmożony. Tętno 80—92 na minutę miarowe. Rentgen wykazał powiększenie granic serca po stronie prawej. Badanie moczu bez szczególnych zmian. Temperatura ciała 36,6—37,5°.

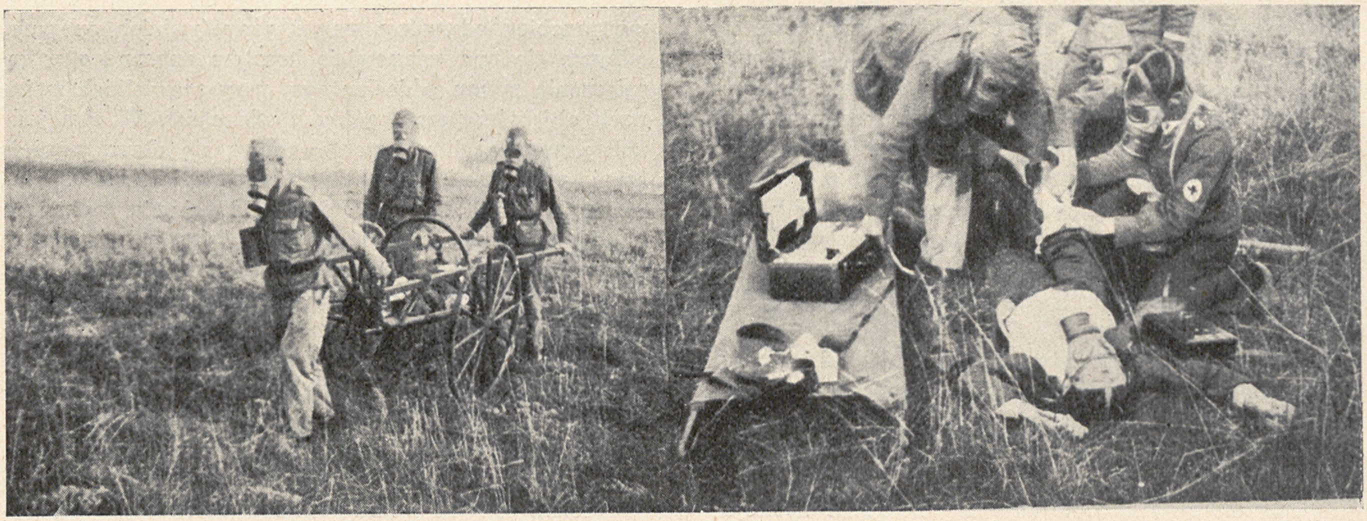
Rozpoznanie: skompensowana wada serca (stenosis mitralis) oraz ciężka anemja wtórna.

Nieznaczne podniesienie ciepłoty ciała spowodowane jest przez uszkodzenie płuc chlorem.

Toksyczne działanie chloru polega prawdopodobnie na powstawaniu w ustroju chlorowodoru (HCl — kwas solny), który działa silnie żrąco, a pozatem odciąganie wodoru z tkanek zmienia chemizm komórek.

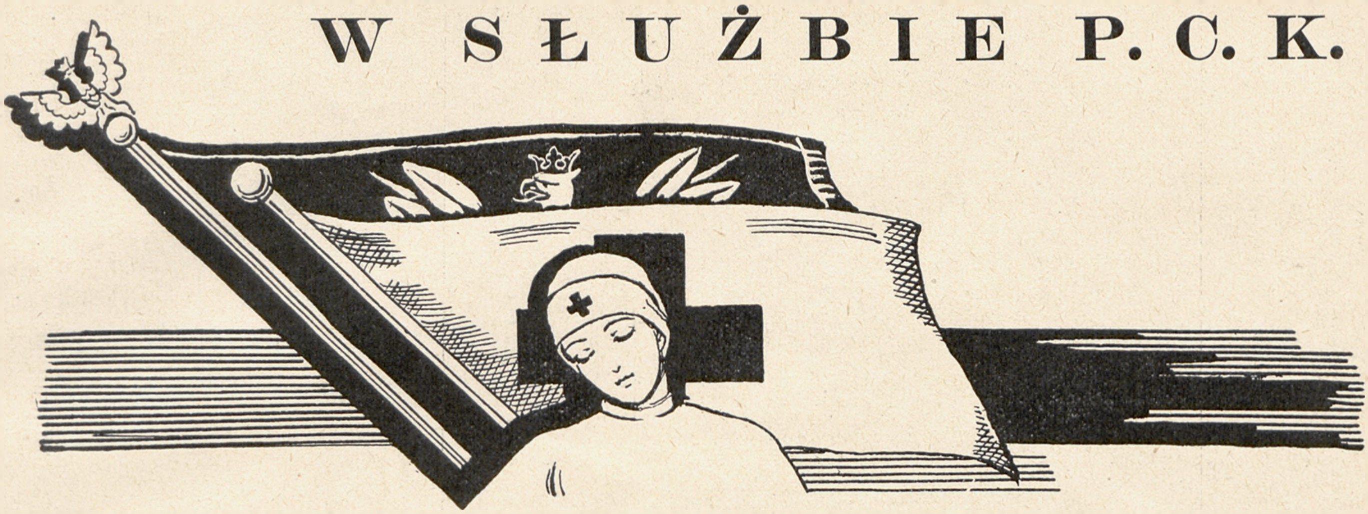
Szkodliwy wpływ chloru na serce można tem tłomaczyć, że lewe serce otrzymuje bezpośrednio z płuc wdechany gaz, który może uszkadzać zastawki przez powoływanie zapalenia z następowym wytwarzaniem się stenozy.

Można przypuszczać również, że chlor wywołuje przewlekłe stany zapalne w miąższu płucnym, co stanowi doskonałe podłoże dla rozwoju infekcji wtórnej, która z kolei może powodować powstawanie zmian na zastawkach sercowych.



Ćwiczenia w maskach drużyn ratowniczych Oddz. Lwowskiego P.C.K.

W SŁUŻBIE P. C. K.



P. C. K. na Helu.

Koło P.C.K. istnieje tu od roku, jako oddział Pucka i już może się pochwalić owocną pracą zarządu (w skład którego wchodzi p. Janina Demlowa, prezes, p. M. Moczulska (wiceprezes), p. Z. Wojciechowska, sekretarz i p. Balcerzak — skarbnik. I tu, na morskie krańce Rzplitej dotarły echa ostatniej powodzi w Małopolsce. „Naród helski" wychowany w obliczu sztormów i szkwałów rozumie doskonale groźną wymowę wodnego żywiołu. Zebrano z miejsca zgórą 500 zł. na powodzian, co na rybacki Hel, — który raz tylko w roku zamienia się w miasto, a w codziennem życiu jest cichą i wątłą osadą, — przedstawia pełnię możliwości składkowych. Na 1.500 mieszkańców Helu działa tu aż 23 towarzystw organizacyjnych, co z jednej strony dowodzi dużego uświadomienia społecznego, z drugiej strony jednak praktycznie utrudnia obowiązki członkowskie, związane z wydatkami.

Na takim gruncie, który przypomina z obrazka małomiasteczkowe życie przebija sobie drogę przez helski las — helskie Koło P.C.K. Zorganizowało ono z powodzeniem szereg prelekcyj i odczytów z dziedziny sanitarnej i higjenicznej, w czem pomaga Kołu świetny mówca miejscowy p. Marjusz Moczulski. Obecnie Koło posiada już apteczkę polową i w najbliższym czasie zabiera się do kursów drużyn ratowniczych.

Ostatnio Koło P.C.K. chcąc w swoim zakresie pomóc opłakanym warunkom szkolenia dzieci w ciasnym, niehigjenicznym budynku, przyczynia się niemało do zbierania funduszów na budowę nowego gmachu dla szkoły powszechnej. W tym celu urządziło Koło w karnawale w sali „Oazy" zabawę, połączoną z tańcami i tradycyjnym dzieleniem się śledziem. Całkowity dochód w sumie około 300 zł. stał się w ten sposób nową cegiełką pod budowę szkoły, dowodząc owocnej i poważnej pracy Pol. Czerw. Krzyża na Helu.

15 lat zasłużonej pracy Czerwonokrzyskiej.

Oddział P.C.K. w Łodzi obchodził niedawno piękną uroczystość 15-lecia swej pracy. Po uroczystej Mszy Św. i podniosłem kazaniu, wygłoszonem na intencję Czerw. Krzyża, odbyło się poświęcenie proporczyka drużyn ratowniczych, zorganizowanych przy zarządzie m. Łodzi. W godzinach popołudniowych odbyło się Walne Zebranie członków P. C. K., poprzedzone uroczystem posiedzeniem, poświęconem XV-leciu P. C. K., w odświętnie przystrojonym zielenią i kwieciem lokalu P.C.K. Przybyli najwybitniejsi przedstawiciele społeczeństwa łódzkiego, z p. Wojewodą Hauke-Nowakiem, Ks. Bisk. Jasińskim i Dowódcą OK. Gen. Langnerem— na czele. Prezes Zarządu Oddziału, dr. Kalisz, powitał władze i gości, i skreśliwszy pokrótce historję Czerwonego Krzyża w Łodzi, oddał hołd należny tym którzy przyczynili się do wspaniałego rozwoju Oddziału. Wspomniał szczególnie o zasługach, położonych przez założycielkę i pierwszego prezesa Oddziału, p. Helenę Rossmanową. Przemówienie swe zakończył dr. Kalisz w następujących słowach:

„Z wiarą w przyszłość, z poczuciem dobrze spełnionego obowiązku, wchodzi Polski Czerwony Krzyż w 16-ty rok swego istnienia, a wiara ta i nadzieja w nim pokładane wzrastają niepomiernie, gdy oczy nasze zwracamy ku młodemu pokoleniu. Skupiona pod sztandarem Czerwonego Krzyża młodzież wykazuje tyle prawdziwego serca, tyle żywego oddźwięku, a zarazem tyle zrozumienia dla zadań Czerwonego Krzyża, wydaje z siebie tyle prawdziwych wartości ducha ludzkiego, że wstępuje w nas otucha i budzi się wiara w świetlaną przyszłość Polski".

Po okolicznościowych przemówieniach, nastąpił kulminacyjny moment uroczystości — odsłonięcie tablicy dla uczczenia pamięci zasłużonych działaczy Czerw. Krzyża. P. Wojewoda uchylił zasłonę i oczom zebranych ukazała się umajona kwiatami i liśćmi palmowe-



Nad polskiem morzem.



Bal P.C.K. w Lesznie.

mi tablica, na której złotemi zgłoskami wyryte zostały imiona spoczywających snem wiecznym działaczy Czerwonokrzyskich.

Wszyscy obecni przez powstanie z miejsc oddali hołd zasługom Zmarłych, a majestatyczne akordy marsza żałobnego nadały tej uroczystości charakter niezwykle głęboki i wzruszający.

Po tem nastąpiło rozdanie dyplomów uznania osobom i instytucjom, których pomoc i współpraca wydatnie poparły zamierzenia Czerwonego Krzyża. Na czele wyróżnionych widniało nazwisko Komisarza Rządu m. Łodzi, inż. Wojewódzkiego.

Po przerwie ,odbyło się Zwyczajne Walne Zgromadzenie członków Odziału Łódzkiego P.C.K.

Bal w Lesznie na rzecz P. C. K.

Wielki bal Polskiego Czerwonego Krzyża, zorganizowany w Lesznie podczas karnawału, w salonach Hotelu Polskiego, odbył się w wyjątkowo miłym nastroju. Należą się słowa prawdziwego uznania komitetowi organizacyjnemu, który dołożył wszelkich możliwych starań, aby stworzyć przyjemną i wesołą atmosferę, sprzyjającą ochoczej zabawie. Wspaniała dekoracja sali, dwie doborowe orkiestry, obfity, dobry a tani bufet, oraz liczne urozmaicenia podczas tańców, świetnie prowadzonych przez wodzireja, ktp. Urbańskiego, przyczyniły się do powodzenia zabawy, która zostawiła wszystkim obecnym nader miłe wspomnienia.

Dochód z balu zasilił wydatnie fundusze P.C.K.

„W myśl tradycji świata lekarskiego..."

Naczelna Izba Lekarska w piśmie swem „Dziennik Urzędowy Izb Lekarskich" z dnia 1 stycznia 1935 r. wydała odezwę do wszystkich lekarzy, zaczynającą się od słów: „W myśl tradycji świata lekarskiego...", zachęcającą ich do popierania Polskiego Czerwonego Krzyża przez współpracę z tą instytucją i przez zapisywanie się na jej członków.

Życzliwe ustosunkowanie się lekarzy jest niezbędne dla należytego rozwoju Polskiego Czerwonego Krzyża, który liczy w gronie swoich najczynniejszych członków i najzasłużeńszych działaczy tyle wybitnych sił lekarskich. Ufamy, że powyższa odezwa, umieszczona w organie urzędowym, znajdzie oddźwięk w świecie lekarskim i przysporzy Polskiemu Czerwonemu Krzyżowi na terenie całej Polski liczne zastępy wybitnych sił fachowych.

Ś. p. Płk. Dr. Władysław Osmolski.

W chwili oddania do druku niniejszego numeru otrzymaliśmy smutną wiadomość o nagłym i przedwczesnym zgonie płk. dr. Władysława Osmolskiego, b. szefa sanit. D.O.K. VII. Powszechnie znany i ceniony z powodu wybitnych zdolności i nieprzeciętnych zalet umysłu i serca, Zmarły cieszył się ogólnem uznaniem i sympatją i pozostawił głęboki żal po sobie.

Jako członek Wielkop. Komitetu Okręgowego Polskiego Czerw. Krzyża wykazywał wielkie zrozumienie i szczere zainteresowanie dla spraw Czerwonokrzyskich. Świetnie władał piórem i pismo nasze zasilał parokrotnie w ciekawe, znakomicie ujęte artykuły.

Był wytrawnym znawcą wychowania fizycznego i jednym z jego głównych promotorów w Polsce.

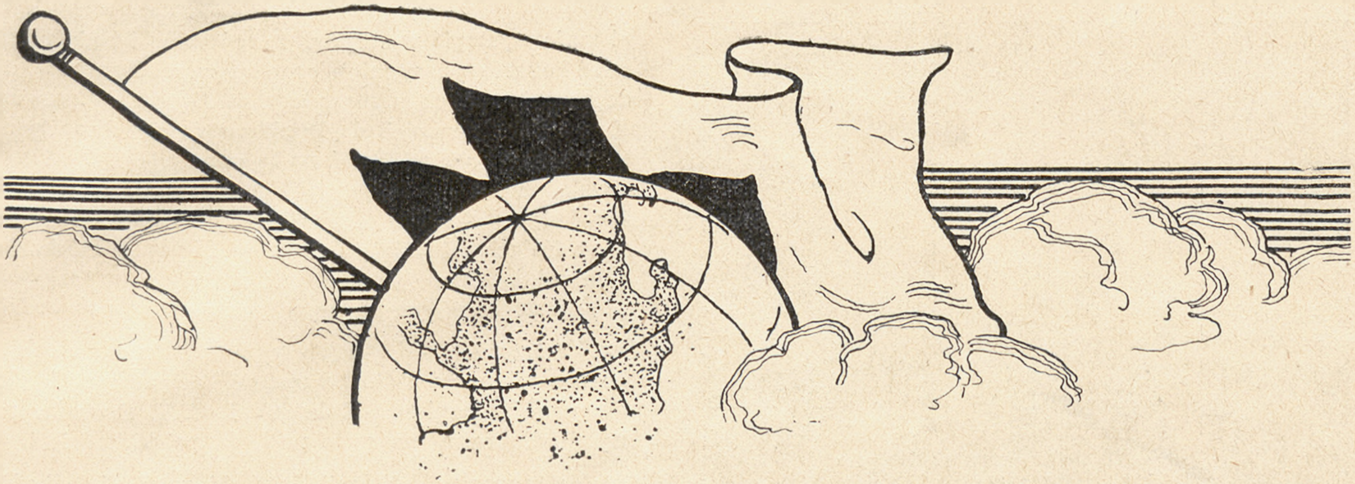
Pułkownik dr. Osmolski wyjeżdżał właśnie do Liberji dla objęcia nowej placówki pracy, która pociągała niezmiernie jego żywotny i ruchliwy umysł. Życie zakończył w wagonie dojeżdżając do pierwszej stacji niemieckiej za Zbąszyniem.

Samochód sanitarny Polskiego Czerwonego Krzyża wyjechał do Niemiec po jego zwłoki i przywiózł je zpowrotem do Polski.

Cześć Jego pamięci.



Z uroczystości XV-lecia założenia Oddziału P.C.K. w Łodzi.



POD ZNAKIEM CZERWONEGO KRZYŻA NA SZEROKIM ŚWIECIE

Międzynarodowa Konferencja Pogotowia Drogowego w Budapeszcie.

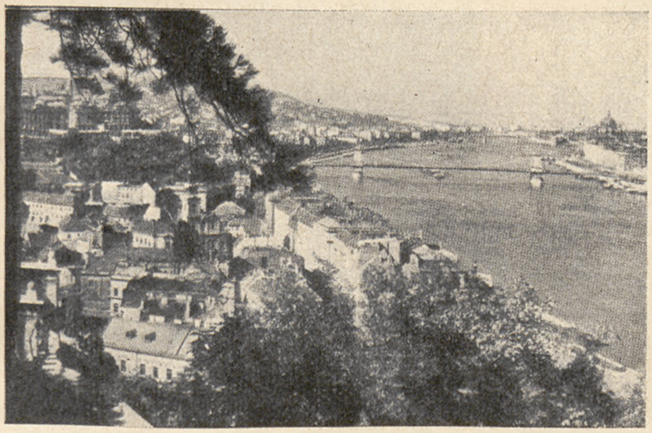
Węgierski Czerwony Krzyż organizuje wspólnie z Ligą Czerw. Krzyży w końcu maja r. b. Międzynarodową Techniczną Konferencję Pogotowia Drogowego, mającą na celu ujednostajnienie organizacji pogotowia drogowego w rozmaitych krajach. Prezes Węgierskiej Rady Ministrów, oraz Ministrowie Spraw Wewnętrznych, Handlu i Wyznań Religijnych, — objęli protektorat nad Konferencją.

Porządek dzienny Konferencji obejmuje 3 główne zagadnienia:

1) Pogotowie drogowe.
2) Zapobieganie wypadkom.
3) Wielkie szlaki transkontynentalne.

Węgierski Czerwony Krzyż organizuje jednocześnie wystawę materjału sanitarnego i materjału ratowniczego, mającego styczność z organizacją posterunków ratowniczych drogowych. Pragnąc jaknajbardziej ułatwić uczestnikom Konferencji podróż do Węgier i pobyt w Budapeszcie, Węgierski Czerwony Krzyż uzyskał bardzo dogodne warunki na kolejach i w hotelach. Program konferencji obejmuje również szereg wycieczek w pięknych i malowniczych okolicach Budapesztu, oraz wycieczkę na Dunaju. Komitet Organizacyjny Konferencji zaprosił w charakterze rzeczoznawcy Dyrektora Naczelnego P. C. K. płk. dr. B. Zaklińskiego.

Naogół Konferencja zapowiada się jako bardzo zajmująca, dostarczy ona niewątpliwie cenne wiadomości i wskazówki licznym uczestnikom, którzy przybędą na zaproszenie Węgierskiego Czerwonego Krzyża.

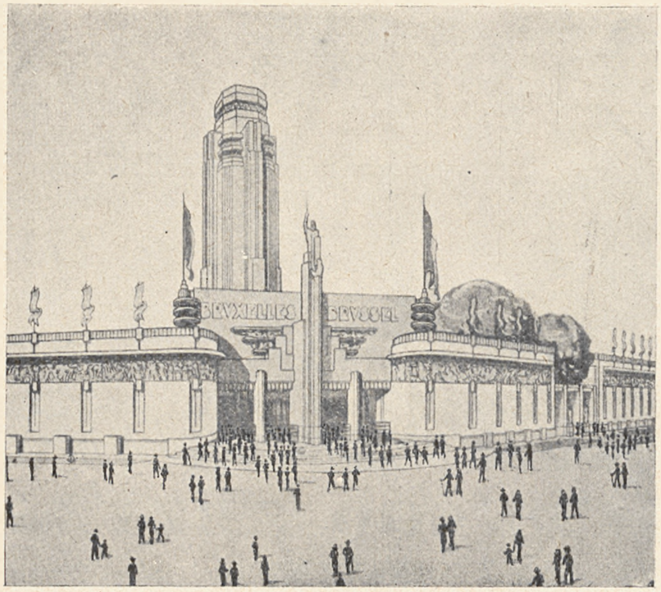


Ogólny widok Budapesztu.



Mała węgierka członkini Koła Mł. P.C.K.

Data Konferencji została ustalona od 20 do 24 maja, parę dni przedtem odbędzie się w Krakowie Zjazd Członków Rady Głównej Międzynarodowej Turystyki. Uczestnicy Zjazdu po kilkudniowym pobycie w Krakowie udadzą się następnie do Budapesztu na Międzynarodową Konfer. Pogotowia Drogowego.



Pałac miasta Brukseli na Międzynarodowej Wystawie.

Udział Czerwonego Krzyża w Wystawie Powszechnej w Brukseli.

W związku z Międzynarodową Wystawą Powszechną, która w kwietniu r. b. będzie otwarta w Brukseli, Belgijski Czerwony Krzyż postanowił zorganizować w tym okresie Wielki Dzień Belgijskiego Czerwonego Krzyża. Czerwonokrzyskie pochody i pokazy odbędą się w pałacach i ogrodach, położonych na rozległych terenach wystawy.

Projektowana jest na dzień 5 maja r. b. olbrzymia manifestacja Kół Młodzieży Czerwonego Krzyża, w której weźmie udział około 15 tysięcy młodych członków Belgijskiego Czerwonego Krzyża oraz delegaci zagranicznych Czerwonych Krzyży Młodzieży. Młodzi delegaci mają wystąpić w strojach narodowych i będą pełnili straż honorową przy sztandarach poszczególnych Państw reprezentowanych przez młodzież. Belgijski Czerwony Krzyż już się zwrócił do Polskiego Czerw. Krzyża, zapraszając polską młodzież na tę uroczystość. Ponieważ, zawdzięczając gorliwej pracy delegata P.C.K. na terenie Belgji — dzieci wychodźtwa polskiego, zrzeszone są w Kołach Młodzieży P.C.K. — Młodzież Polska będzie mogła licznie wystąpić na powyższej uroczystości i wziąć udział w tym pięknym i malowniczym obchodzie.



Popiersie ś. p. John Barton Payne'a zmarłego niedawno prezesa Kom. Gł. Am. C. K.

Komisja Gł. Kół Młodzieży wysłała już do Brukseli na ręce delegata P.C.K. wspaniały sztandar z C. Krz. i z polskim napisem: Koła Mł. P. C. K. Sztandar ten będzie figurował na czele pochodu polskich dzieci.

Tegoroczny „Tydzień" Belgijskiego C. K. odbędzie się od 7 do 14 kwietnia pod hasłem „Higjena odżywiania". Odpowiednie konferencję, afisze, ulotki, broszury, pogadanki, pokazy skierują uwagę całego społeczeństwa belgijskiego na wielką doniosłość sprawy zdrowego odżywiania.

Oto główne wytyczne programu „Tygodnia".
Oszczędność w odżywianiu.
Czystość w przyrządzaniu posiłków.

Przestrzeganie czystości i higjeny w zakładach i sklepach spożywczych.

Utrzymanie czystości w jadłodajniach i piekarniach.
Jak kontrolować artykuły żywnościowe?

Mianowanie nowego Prezesa Amerykańskiego Czerw. Krzyża.

Prezydent Stanów Zjednoczonych, będący z urzędu Prezesem Amerykańskiego Czerwonego Krzyża, mianował na stanowisko Prezesa Komitetu Gł. Ameryk. C. K. admirała Cary T. Grayson'a.



Admirała Grayson'a łączyła dawna przyjaźń ze zmarłym John Barton Payne'm, jest on znakomicie obeznany ze sprawami Czerw. Krzyża i można wnioskować, że okaże się na wysokości powierzonego mu zadania.

Adm. Grayson był przez długie lata prywatnym lekarzem Prezydenta Woodrow Wilsona.

Drukarnia Piotr Pyz i S-ka. Warszawa, Miodowa 8.